Prévention des accidents de plain pied chez les Gaziers, gare à la chute !

Considérées à tort comme bénignes, les chutes de plain pied représentent plus de 20% des accidents du travail et jusqu'à 50% dans certaines branches. Prévention, formation, sensibilisation : ces accidents sont pourtant loin d'être une fatalité. Pistes antichute…

Chercheur à l'Institut National de Recherche et de Sécurité (INRS), Sylvie Leclercq enquête depuis des années sur ce type d'accidents, longtemps mis à tort sur le compte de la fatalité, au même titre que les accidents de la vie. « Prévenir ce risque d'accidents, c'est d'abord lutter contre nombre d'idées reçues les concernant, faire évoluer le regard. Conséquences de perturbations du mouvement, ils sont pour la plupart le résultat d'une conjonction de facteurs. D'où la nécessité d'une analyse approfondie au cas par cas : quand, où et dans quelle situation de travail surviennent-ils ? Certains métiers sont-ils plus touchés ? Autant d'éléments qui peuvent guider la prévention. Car si le bon sens est nécessaire pour réduire les risques, il ne suffit pas. » Faux pas, perte d'équilibre, trébuchement : toutes les professions sont concernées, tant l'équilibre ne tient qu'à un fil, et pas seulement sur les surfaces glissantes. Un enjeu majeur de sécurité, d'autant que ces accidents, survenant souvent lors de déplacements, sont lourds de conséquences : entorses, fractures, lumbagos, troubles musculaires, paralysies, et parfois même décès.

Face a ce constat une Agence de Maintenance Réseau Gaz bretonne a pris une initiative originale nommée KAPAPP :

Petit matin frais sur le site de Rennes. Dans l'atelier, une dizaine de salariés motivés procèdent à des étirements et à des échauffements, sous la direction de Richard Ruau, kinésithérapeute de l'association Kiné Ouest Prévention. C'est l'une des cinq séances de sensibilisation au risque plain pied prévue dans le Plan Action Prévention (PAP) de l'année. Parmi les participants, Sébastien, opérateur de maintenance victime d'un accident de plain pied. « Lors du changement d'un compteur de gaz très lourd (90 kilos) chez un client, j'ai utilisé un transpalette. Mon pied a glissé sur l'herbe humide. Résultat : une torsion du genou, un arrêt de travail d'une semaine et des lésions au cartilage irréversibles. »

Des accidents encore trop fréquents. « En 2009, nous avons déploré trois chutes de plain pied, soit 100% de nos accidents, explique Didier Wairy, le chef d'agence. Nous cherchions comment pallier ce risque.»

Le responsable prévention, a alors proposé cette action KAPAPP (Kiné Action pour la Prévention des Accidents de Plain Pied).

Objectif : éradiquer les accidents de plain pied à travers une formation ciblée. «Après un bilan individuel (1/2 h par salarié), il s'agit, au cours de cinq séances pratiques d'une heure, de proposer des exercices destinés en particulier à renforcer et assouplir la partie inférieure du corps, exposée dans nos métiers, pour prévenir les chutes, résume-t-il. Une phase d'appropriation (2h) permet enfin au salarié d'évaluer ses besoins et de choisir les mouvements correspondants. »

Des mouvements préparatoires que l'opérateur reproduit avant de se mettre au travail, comme Pascal et Maxime s'apprêtant à descendre dans une fouille à Châteaubourg. «Soudeurs, nous nous trouvons souvent dans des positions inconfortables, insiste Maxime. Mieux vaut préparer notre structure musculaire et nos articulations, à l'image des sportifs. Nous étions demandeurs de ce type de formation. Chacun peut y trouver les gestes qui lui conviennent, opérateurs de terrain mais aussi salariés sédentaires. » Jugés à tort bénins, ces accidents ont souvent pour origine un encombrement des voies de circulation, un sol glissant ou dégradé, les conditions climatiques, des défauts d'éclairage ou encore un manque de concentration, lié à une double tâche ou à l'urgence. Habitué à « réparer » les corps après accident, Richard Ruau, le kinésithérapeute intervenant, estime autrement plus efficace de travailler en amont. « Au travers de ces démarches, il s'agit de réactiver la conscience de nos ressources et de notre vulnérabilité physiques, et de proposer un mode d'emploi du corps. Car si on a l'outil, encore faut-il savoir s'en servir. »

Richard RUAU, Kinésithérapeute, formateur consultant en santé au travail

www.kineouestprevention.com